

La Unidad del Sueño, acreditada sin restricciones por el Comité Español de Medicina del Sueño

De carácter multidisciplinar, cumple con la normativa establecida por la Sociedad Europea de Investigación del Sueño (ESRS)



De izda. a dcha., en la primera fila, el doctor Camilo Silva, Inma Esparza (enfermera), Kati Expósito (auxiliar), la doctora Rocío Sánchez-Carpintero, la doctora Elena Urrestarazu y el doctor César Viteri. En la segunda fila, los doctores Néstor Montesdeoca, Jorge Iriarte, Fernando Sarrais, Peter Baptista y Jorge Giner y Maika Sanz (enfermera).

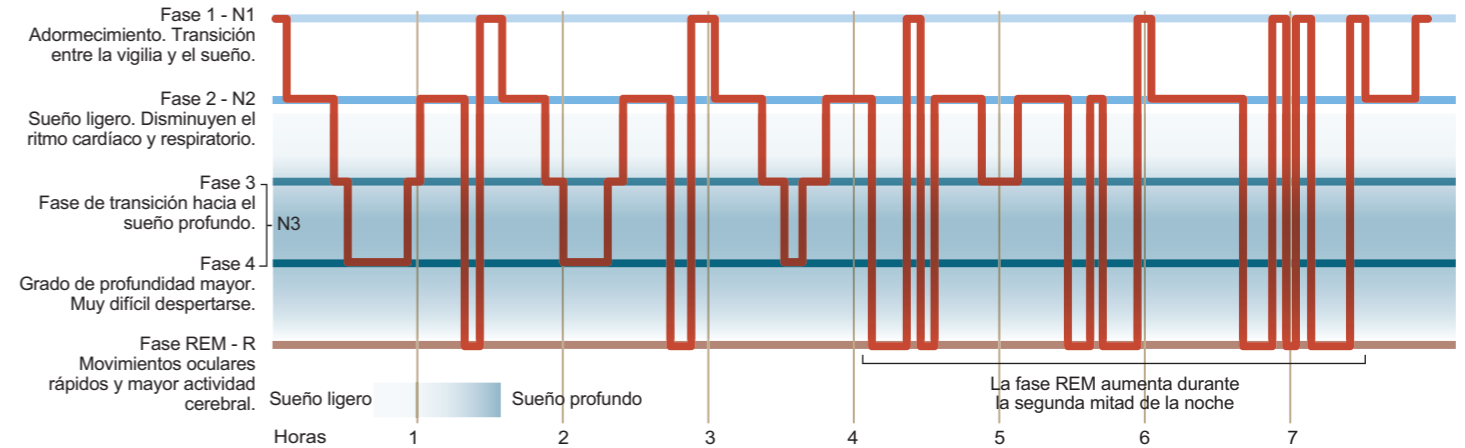
CUN ■ La Unidad de Trastornos del Sueño de la Clínica ha recibido sin restricciones la acreditación del Comité Español de Acreditación en Medicina del Sueño (CEAMS), según la normativa establecida por la Sociedad Europea de Investigación del Sueño (European Sleep Research Society-ESRS). La acreditación “reconoce el cumplimiento por parte de la citada unidad de los estándares de calidad para centros de medicina del sueño establecidos por el CEAMS según las guías europeas de la ESRS”, advierte la organización acreditadora.

La Unidad del Sueño de la Clínica alberga una experiencia de más de 20 años en el diagnóstico y tratamiento de los trastornos del sueño. Se caracteriza por su carácter multidisciplinar ya que en ella participan especialistas y personal auxiliar de otros departamentos entre los que figuran Neumología, Neurología, Otorrinolaringología, Endocrinología, Pediatría, Psiquiatría, Cirugía Oral y Maxilofacial y Neurofisiología Clínica.

La Unidad está coordinada por el Servicio de Neurofisiología, encargado de realizar los distintos estudios poli-

LAS FASES DEL SUEÑO

El patrón del sueño no es uniforme sino que tiene varias fases diferenciadas. Durante un sueño nocturno normal hay 5 ó 6 ciclos de sueño que empiezan en la fase 1 y avanzan hacia la 4.



somnográficos o pruebas del sueño. La polisomnografía más habitual consiste en el registro durante la noche de las variables fisiológicas: electroencefalograma, flujo nasal, saturación de oxígeno y frecuencia cardíaca, entre otros. El doctor Jorge Iriarte, coordinador de la Unidad, especialista en Neurología y en Neurofisiología Clínica, describe este servicio médico como un área interdisciplinar que dispone de “los últimos avances para el diagnóstico y tratamiento de los trastornos del sueño. Se trata de un grupo de trabajo en el que participan los departamentos citados que cuentan con su propia consulta específica para trastornos del sueño”. El trabajo en común de todos estos especialistas, médicos y cirujanos, convierte a esta Unidad de Trastornos del Sueño en un área completa que ofrece tratamientos especializados para todos los pacientes con problemas del sueño. Además dispone de un grupo específico para el tratamiento de la apnea del sueño. Entre los facultativos que intervienen con más frecuencia en el abordaje de los trastornos del sueño en la Clínica figuran los doctores César Viteri (Neurología), Peter Baptista (Otorrinolaringología) y Javier Zulueta (Neumología), entre otros.

Para el doctor Iriarte, la acreditación de la CEAMS

PRINCIPALES TRATAMIENTOS

Una vez realizado el diagnóstico de la patología del sueño que presente el paciente, el especialista debe indicar el tratamiento apropiado. Las terapias abarcan distintos aspectos. Para aquellos pacientes con insomnio leve se deben intentar medidas de higiene de sueño. Sin embargo, cuando el insomnio es más marcado es preciso acudir al especialista que elegirá los tratamientos farmacológicos más adecuados para cada paciente. Otras patologías como las hipersomnias, los movimientos anormales durante el sueño, los trastornos del ritmo sueño-vigilia o las parasomnias se

suelen tratar también mediante fármacos. Sin embargo, los trastornos respiratorios, si son leves, pueden mejorar con la pérdida de peso. No obstante, si revisten mayor importancia —en especial las apneas del sueño— suelen tratarse con dispositivos orales o bien mediante una máquina (el CPAP) que genera aire a presión introducido por la nariz gracias a una mascarilla. Finalmente, hay pacientes en los que la cirugía, bien de partes blandas de la orofaringe (úvula o campanilla, paladar, lengua) o de maxilares, es necesaria para ensanchar la vía aérea y evitar apneas del sueño graves.

supone “el reconocimiento de la labor realizada durante estos 20 años de actividad, en los que se ha experimentado un progresivo crecimiento en el número de pacientes, de técnicas diagnósticas y terapéuticas disponibles, así como en la mejora del área de registro de estudios polisomnográficos”.

UN TERCIO DE POBLACIÓN. En cuanto a la epidemiología de las afecciones del sueño, el responsable de la Unidad indica que actualmente un tercio de la población sufre trastornos del sueño marcados, es decir, que necesitan tratamiento. Los más frecuentes son el insomnio, el ronquido, la apnea del sueño, el síndrome de piernas inquietas y las parasomnias (sonambulismo, terrores nocturnos o pesadillas, frecuentes en niños).

“Estas anomalías no suelen ser graves -en el sentido de conllevar un riesgo vital-, pero sí son importantes por las implicaciones que tienen en la vida diaria: agotamiento físico, bajo rendimiento, sueño diurno, dificultad para cumplir con las obligaciones profesionales, familiares o sociales”, señala el especialista. De la multitud de problemas de sueño existentes, el insomnio crónico es el trastorno más frecuente. Además de estas enfermedades, “existen más de 100 tipos de trastornos del sueño.

NECESIDADES DIARIAS DE SUEÑO

